Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ "КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 23.05.2023

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром.произв.	14	Масло сливочное	10	**9,39**	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	222	**3,44**	57,60	0,44	0,00	13,90
	гор. блюдо	223	Запеканка из творога с соусом яблочным	130	**34,81**	246	20,9	8,9	20,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	**2,28**	93,16	3,6	1,53	14,8
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	**1,66**	82,5	2,02	0,4	17,8
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	**11,02**	70,5	0,6	0,6	14,7
	итого			**542,00**	**62,60**	**615,96**	**27,66**	**18,68**	**81,94**
обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурец)	60	**2,61**	8,1	0,55	0,06	1,34
обед	1 блюдо	119	Суп с бобовыми(горох)	250	**5,63**	174,00	7,47	5,32	24,10
	2блюдо	234	Котлета рыбная с соусом томатным	100	**30,69**	183,70	13,60	6,90	16,80
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	**14,43**	150,00	3,14	5,89	21,20
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	**2,28**	82,20	3,21	1,40	13,10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	**1,66**	46,40	1,32	0,22	9,88
	напиток	1010*	Напиток яблочный	200	**5,30**	103	0,1	0,05	25,6
	итого			**810,00**	**62,60**	**747,40**	**29,39**	**19,84**	**112,02**

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена рыбы может производиться в соответствии с таблицей на мясо говядины.

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена мясо говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы.

** Сборник рецептур блюд и кулинарных рецептов под ред.Здобнова А.И. 2017

Зав.производства(буфетчик)_____

Ответственный по питанию_____